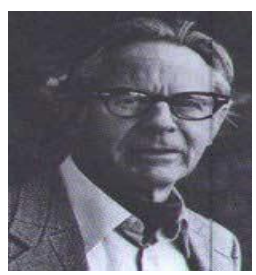
ಅಸ್ತಿತ್ವವಾದೀ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ

Existential psychology

ಇಂದಿರಾ ಜೈಪ್ರಕಾಶ್

ಆಸ್ತಿತ್ವವಾದ (ಎಕ್ಸಿಸ್ಟೆಂಶಿಯಲಿಸಂ) ಎನ್ನುವುದು ೧೯ನೆಯ ಶತಮಾನದ ಉತ್ತರಾರ್ಧ ಮತ್ತು 20 ನೆಯ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದಂತ ಹಲವು ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷ ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಚಿಂತಕರು, ವಿದ್ವಾಂಸರುಗಳ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಾದದ ವ್ಯಾಖ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿವಾದಗಳಿವೆ. ಇದನ್ನು 'ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೂಲಕ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರವಾಗುಳ್ಳ ಅಧ್ಯಯನ ' ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಸೊರನ್ ಕಿರ್ಕೇಗಾರ್ಡ್ , ಫ್ರೆಡರಿಕ್ ನೀಷೆ, ಮಾರ್ಟಿನ್ ಹೈಡೆಗರ್, ಜೀನ್ ಪಾಲ್ ಸಾರ್ತ್ರ್ , ಎಡ್ಮಂಡ್ ಹಸ್ಸಲ್, ಸಿಮೊನ್ ದ ಬೋವಾ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ಹೆಸರುಗಳು ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಜೊತೆಗೂಡಿದೆ. ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಯಾರು ಪ್ರಾರಂಬಿಸಿದರು ಎಂದು ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೂ ಅನೇಕ ಆಸ್ತಿತ್ವವಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಲುಡ್ವಿಗ್ ಬಿನ್ಸ್ವಾಂಗರ್ ಮತ್ತು ಅಮೆರಿಕೆಯ ರೊಲೋ ಮೇ ಅವರನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು ಎನ್ನಬಹುದು.





ರೊಲೋ ಮೇ (೧೯೦೯-೧೯೯೪)

ಲುಡ್ವಿಗ್ ಬಿನ್ಸ್ವಾಂಗರ್(೧೮೮೧-೧೯೬೬)

ಬಿನ್ಸ್ವಾಂಗರ್ ಸ್ವಿಸ್ ಮನೋವೈದ್ಯನಾಗಿದ್ದು ಹೊಸ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿದ್ದ. ಬೆಲ್ವ್ಯೂ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ 45 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದ. ಫ್ರಾಯ್ಡನ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇದ್ದು ಮುಂದೆ ಹೆಡೆಗ್ಗೆರ್‌ನ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ತನ್ನ 'ದಾಸ್ಯೆನ್‌ಅನಾಲಿಸಿಸ್' ಮುಂದಿಟ್ಟ. ಇವನ ವಾದದಲಿ 'ಮಾನಸ ಘಟನಾ ವಿಧಾನ' (ಫಿನಾಮಿನಾಲಜಿ) ಮುಖ್ಯಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾನಸ ಘಟನೆ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯಮಾನ ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಬರುವ ಯೋಚನೆ, ಬಿಂಬಗಳು, ನೆನಪುಗಳು, ಕಲ್ಪನೆಗಳು,

ಭಾವನೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅನುಭವಿಸುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ವ್ಯಕ್ತಿನಿಷ್ಠವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ವಿದ್ಯಮಾನದಲ್ಲೂ ಅನುಭವವಲ್ಲದೆ, ಅನುಭವಿಸುವವನೂ ಇರುತ್ತಾನೆ (ಸಂಕಲ್ಪ-ಇಂಟೆಂಶನಾಲಿಟಿ). ಆದುದರಿಂದ ನಾವು ಅಭ್ಯಸಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅದು ತಾನಾಗೇ ನಮ್ಮೆದರು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಕು. ವಾಸ್ತವ ಏನು ಎಂದು ಕೇಳುವ ಬದಲು ವಾಸ್ತವದ ಇರುವಿಕೆಗೆ ಮನಸ್ಸು ತೆರೆದಿಡಬೇಕು. ಮಾನವತ್ವದ ಮೂಲತತ್ವ- ಸ್ವಾತಂತ್ಯ. ನಮ್ಮ ಲಿಂಗ, ಬಣ್ಣ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತಸ್ತು ಇವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಕಚ್ಚಾವಸ್ತುಗಳಾಗಿದ್ದು ಇವನ್ನು ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದಿಂದ ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅರ್ಥಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

ದಾಸೈನ್ ಎಂದರೆ ಮಾನವ ಅಸ್ತಿತ್ವ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಮೂರು ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಉಮ್‌ವೆಲ್ಟ್-ಜೈವಿಕ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು; ಮಿಟ್‌ವೆಲ್ಟ್-ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರ; ಮತ್ತು ಐಗನ್‌ವೆಲ್ಟ್-ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ. ಮಾನವ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಮೂಲ ಗುಣಗಳು ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಅಪರಾಧಿಭಾವ. ಇವುಗಳಿಂದಾಗಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅಲ್ಲಗೆಳೆದು 'ಅಪ್ರಮಾಣಿಕವಾಗಿ (ಇನ್‌ಅಥೆಂಟಿಕ್) ಬದುಕುತ್ತೇವೆ. ಮಾನವತ್ವದ ಇನ್ನೊಂದು ಗುಣ ನಮ್ಮ ಮರಣದ ಅರಿವು. ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಅಳಿಸಿಹೋಗುವುದೆಂಬ ಭಯದಿಂದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಜನರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಸುತ್ತುವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಮರಣವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು ಜೀವನವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿದಂತೆ. ಸ್ವತಂತ್ರ ಚಿಂತನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ಅಪ್ರಮಾಣಿಕತೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಅಸ್ತಿತ್ವನ್ನು ಅನುಕಂಪ ಮತ್ತು ಬದ್ಧತೆಗಳಿಂದ ದೃಢಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಸಾಧ್ಯ.

ರೊಲೋ ಮೆ ೧೯೬೯ರಲ್ಲಿ ಬರೆದ 'ಲವ್ ಅಂಡ್ ವಿಲ್' ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಯಿತು. ಇವನ ಪ್ರಕಾರ ವ್ಯಕ್ತಿ 'ಮುಗ್ಧತೆ, ಪ್ರತಿಭಟನೆ, ನಿರ್ಧಾರ, ಅನುವರ್ತನೆ ಮತ್ತು ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆ' ಎಂದು ಅನೇಕ ಹಂತಗಳನ್ನು ಹಾದುಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಆತಂಕ ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದ್ದು ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಅಗತ್ಯ. ಆತಂಕದೊಡನೆ ಹೋರಾಡಿ ನಮ್ಮ ಅಸಹಾಯಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿನಿಂತಾಗಲೇ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನ ಸಾಧ್ಯ. ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಪ್ರೇಮ ನಿಜವಾದ ಮಾನವ ಗುಣವಾಗಿದ್ದು ಇದು ಮಾನವನ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ, ಇನ್ನೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿ ಹೊಸಜೀವ ಹುಟ್ಟಿಸುವ ಸಹಜ ಇಚ್ಛೆ, ಭಾವನೆಗಳಿಲ್ಲದ ಲೈಂಗಿಕ ಸಹವಾಸದಲ್ಲಿ ಕಾಣೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಸ್ವಚ್ಛಂದತೆ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಇತರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹದು. ಇದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದನ್ನು ಮರು ಅನ್ವೇಷಣೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವನಿರುವ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಸಿಸಬೇಕೇ ಹೊರತು ತಂತ್ರಗಳಿಂದಲ್ಲ ಎಂದು ವಾದಿಸಿದ.

ಮಾನವ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಸಂರಚನೆ ಮತ್ತು ಅವನ ಜೀವನದ ವಾಸ್ತವತೆಯನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಉದ್ದೇಶ. ಇವನು ಮತ್ತು ವಿಕ್ಟರ್ ಫ್ರಾಂಕಲ್ ಅಸ್ತಿತ್ವ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಂದು ರೂಪಕೊಟ್ಟರು. ಫ್ರಾಂಕಲ್ 'ಲೊಗೊ ಥೆರಪಿ' ಎಂದು ಅಸ್ತಿತ್ವ ವಾದವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮ ಬೆಳೆಸಿದ. ನಾಝಿಗಳ ನರಕ ಸದೃಶ ಯಾತನಾ ಶಿಬಿರದಿಂದ ಬದುಕುಳಿದ ಫ್ರಾಂಕಲ್ ಮಾನವ ತನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ನಡೆಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರಿಸಿದ. ಮನುಷ್ಯನ ಅರ್ಥದ ಹುಡುಕಾಟಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ಅಡಚಣೆಗಳಿದ್ದು ಅದರಿಂದ 'ನೊಜೆನಿಕ್ ಮನೋಬೇನೆಗಳು' ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಏನನ್ನಾದರೂ ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು, ಪ್ರೀತಿಸುವುದು, ಮಹತ್ತಾದ್ದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು, ಅನಿವಾರ್ಯ ಯಾತನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಉದ್ದೇಶ.